VEGETARISK

Aloo Gobi blomkålsgryta

Kock: **Mårtenssons kök** Tid: **90 min** Portioner: **4**

Aloo Gobi, en indisk blomkålsgryta med potatis och tomater med härliga smaker av bland annat kardemumma och garam masala.

Tänk på att anpassa mängden garam masala efter hur kryddstark sort du använder, det skiljer sig en del mellan olika märken och typer, har vi märkt.
Potatisen får gärna vara av fast sort och det går lika bra med nypotatis som gammal.
Servera grytan med varma naan, antingen du bakat dom själv eller köper färdiga i butiken. Gott att suga upp såsen med.

INGREDIENSER

90

2 tsk mald koriander
1 tsk mald kardemumma
1 tsk gurkmeja
1 tsk garam masala pulver
2 tsk mald spiskummin
1 gul lök finhackad
1 finhackad vitlöksklyfta
1 msk riven ingefära
150 g tomater, grovt hackade
400 g fast potatis, skalad och tärnad
500 g blomkål, delad i små buketter
3 dl kokosmjölk
2 dl vatten
1 lime, rivet skal och saft

GÖR SÅ HÄR

1. Fräs kryddorna snabbt i olja i het stekgryta, tillsätt sedan lök, vitlök och ingefära och låt fräsa med på medelvärme några minuter under omrörning.
2. Tillsätt tomatbitarna och fortsätt fräsa under omrörning tills löken mjuknat.
3. Lägg i potatis och blomkål, rör om och blanda ner kokosmjölk och vatten.

4. Låt koka upp och sedan småputtra på medelvärme tills potatisen och blomkålen mjuknat. Tiden beror på hur stora potatisbitarna är så känn efter under tiden.

5. Smaka av grytan med salt, pressad lime och rivet limeskal innan servering.Bjud gärna naan till grytan.